

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.03.02.–2026.03.06.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Mákos nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:863
ZS:18,5 TZS:3,6 FH:20,9
SZH:127,6 CK:32,2 SÓ:2,22

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Székelykáposzta (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:361
ZS:17,2 TZS:6,4 FH:15,7
SZH:32,9 CK:5 SÓ:3,39

Zöldségkrémleves (1,7,9)
Pirított zsemlekocka (1)
Lecsós virsli (1)
Tarhonya (1)

Allergének:
1,7,9

EN:684
ZS:31,9 TZS:11,1 FH:24
SZH:73,6 CK:9,9 SÓ:3,2

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Csirkepörkölt (1)
Lencsefőzelék (1,7,10)
Mandarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:657
ZS:18,5 TZS:3,9 FH:34,4
SZH:78,1 CK:16,5 SÓ:2,38

Almás szilvakerémleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Kukoricás rizs
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,4,7,10,12

EN:663
ZS:19,8 TZS:2,7 FH:20,2
SZH:99,1 CK:30 SÓ:2,36

EBÉD B

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Amerikai sajtos tészta (1,7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:610
ZS:21,6 TZS:8,5 FH:20,5
SZH:79,6 CK:20,6 SÓ:1,14

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Bakonyi csirkeragu (1,7)
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:566
ZS:19,3 TZS:4,6 FH:23,5
SZH:68,4 CK:3,7 SÓ:1,47

Zöldségkrémleves (1,7,9)
Pirított zsemlekocka (1)
Sertéshúsgolyó (1,3)
Svéd mártás (1,6,7,10,12)
Áfonyaszósz
Tört burgonya (12)

Allergének:
1,3,6,7,9,10,12

EN:725
ZS:25,8 TZS:6,4 FH:22,5
SZH:101,2 CK:25,7 SÓ:3,55

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Lilahagymás sajtkrémes sertésszelet (1,7)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:644
ZS:22,2 TZS:5,2 FH:24,2
SZH:74,7 CK:15,4 SÓ:2,96

Almás szilvakerémleves (1,7,12)
Sült csirkecomb
Pirított burgonya (12)
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:808
ZS:26,8 TZS:2,4 FH:47
SZH:75,8 CK:27,3 SÓ:3,86

EBÉD C

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Aranygaluska (1,3,6,7)
Vaníliás öntet (7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:911
ZS:22,2 TZS:8,1 FH:18,3
SZH:157,7 CK:66,5 SÓ:1,36

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Palacsintás zöldséglepeny (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:286
ZS:11,9 TZS:4 FH:17,5
SZH:23,6 CK:4,8 SÓ:1,05

Zöldségkrémleves (1,7,9)
Pirított zsemlekocka (1)
Vegetáriánus rakott karfiol (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9

EN:440
ZS:16,3 TZS:4,7 FH:22,9
SZH:47,1 CK:6,4 SÓ:0,67

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórat (7)
Mandarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:636
ZS:17,1 TZS:6 FH:20,9
SZH:86,8 CK:16,7 SÓ:1,08

Almás szilvakerémleves (1,7,12)
Ázsiai zöldséges tészta (1,6,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,6,7,12

EN:388
ZS:3,7 TZS:0,8 FH:11,8
SZH:73,5 CK:28,4 SÓ:1,54

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:** 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÜSMENTES EBÉDRŐL!





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.03.09.–2026.03.13.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:636
ZS:19,9 TZS:5,1 FH:25,8
SZH:81,7 CK:5,7 SÓ:2,78

Lebbencsleves (1,12)
Sertésvagdalt (1,3)
Sárgaborsófőzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Narancs

Allergének:
1,3,12

EN:783
ZS:29,4 TZS:8 FH:32,7
SZH:85,6 CK:14 SÓ:2,16

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Darásmetélt (1)
Eperöntet (12)

Allergének:
1,3,9,12

EN:600
ZS:13,7 TZS:1,5 FH:20,6
SZH:95 CK:20,8 SÓ:0,89

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Főtt tojás (3)
Sóskamártás (7)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:486
ZS:11,4 TZS:4,9 FH:14,5
SZH:74,2 CK:22,3 SÓ:1,24

Paradicsomleves (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Rizibizi
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:701
ZS:20,7 TZS:2,8 FH:28,5
SZH:97,3 CK:24,6 SÓ:2,04

EBÉD B

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Sertésbrassói (12)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:676
ZS:28,2 TZS:9,5 FH:20,7
SZH:76,5 CK:4,9 SÓ:2,41

Lebbencsleves (1,12)
Rakott kelkáposzta (1,7)
Narancs

Allergének:
1,7,12

EN:497
ZS:19,9 TZS:5,7 FH:22,7
SZH:55,8 CK:18,9 SÓ:0,71

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Tejberizs (7)
Fahéjas porcukor

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:475
ZS:10,4 TZS:4,9 FH:18
SZH:75,7 CK:39,1 SÓ:1,13

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:812
ZS:35,3 TZS:8 FH:18,6
SZH:96,4 CK:14,1 SÓ:1,86

Paradicsomleves (1,3,9)
Álföldi húsos galuska (1,3)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:763
ZS:31,1 TZS:10,5 FH:25
SZH:92,2 CK:25,4 SÓ:1,58

EBÉD C

Édes gyökekrémleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Bazsalikomos paradicsommártás
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:604
ZS:20,6 TZS:8 FH:20,9
SZH:82 CK:16 SÓ:1,3

Lebbencsleves (1,12)
Sajtkrémös zöldségragu (1,7)
Kuskusz (1)
Narancs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:637
ZS:16,5 TZS:4,8 FH:20,2
SZH:98,7 CK:18,9 SÓ:1,13

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Francia lecsó
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:527
ZS:13,9 TZS:1,8 FH:17,6
SZH:77,6 CK:7,4 SÓ:1,22

Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12)
Csőben sült zöldségek (1,7)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:384
ZS:13,3 TZS:7,6 FH:13,8
SZH:48,9 CK:12,2 SÓ:1,54

Paradicsomleves (1,3,9)
Túrós cicinka (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:625
ZS:16,6 TZS:6,5 FH:21,9
SZH:81,5 CK:36,9 SÓ:1,27

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**



Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.03.16.–2026.03.20.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Brokkolikrémes (1,7,12)
Pírtott tökmag
Pincepörkölt (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:592
ZS:23,3 TZS:5,5 FH:25,1
SZH:62,4 CK:3,4 SÓ:2,42

Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Paradicsomos tonhals ragu (4)
Orsó tészta (1)
Sajt szórát (7)

Allergének:
1,3,4,7,9

EN:741
ZS:29,5 TZS:7,5 FH:42,9
SZH:79,3 CK:10,7 SÓ:2,6

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Szilvátöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórát
Mandarin

Allergének:
1,7,9,12

EN:721
ZS:13,2 TZS:2,6 FH:14,6
SZH:129,2 CK:38,7 SÓ:1,35

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,12

EN:370
ZS:14,7 TZS:3,5 FH:14,1
SZH:41,6 CK:15,8 SÓ:0,99

Gyümölcsleves (1,7,12)
Natúr sertésszelet karajból
Sajtmártás (1,7,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,12

EN:612
ZS:17,2 TZS:4,1 FH:20,2
SZH:90,2 CK:25,3 SÓ:1,6

EBÉD B

Brokkolikrémes (1,7,12)
Pírtott tökmag
Csirkeragu Jóasszony módra (1)
Párolt rizs

Allergének:
1,7,12

EN:691
ZS:26,7 TZS:5,8 FH:32,8
SZH:71,9 CK:3,8 SÓ:1,62

Bableves (1,3,9)
Búbos sertésszelet (1,3,7)
Petrezselymes burgonya (12)
Színes vegyessaláta (12)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:637
ZS:19,4 TZS:3,2 FH:25,2
SZH:80,3 CK:8,9 SÓ:1,6

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Gombapaprikás (1,7)
Galuska (1,3)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:611
ZS:19,6 TZS:6,3 FH:16,7
SZH:86,6 CK:10,8 SÓ:0,69

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Parajos tk.penne sajttal sütve (1,7)

Allergének:
1,3,7,12

EN:454
ZS:16,3 TZS:4 FH:19,9
SZH:52,7 CK:6,7 SÓ:0,73

Gyümölcsleves (1,7,12)
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:527
ZS:10,5 TZS:4,2 FH:28,6
SZH:74,1 CK:25,6 SÓ:2,32

EBÉD C

Brokkolikrémes (1,7,12)
Pírtott tökmag
Tefföl (7)
Reszelt sajt (7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:698
ZS:33,8 TZS:14,5 FH:31,7
SZH:64 CK:6,3 SÓ:1,22

Bableves (1,3,9)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:698
ZS:19,8 TZS:6,2 FH:25,5
SZH:91,7 CK:9 SÓ:0,95

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórát
Mandarin
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:497
ZS:13,6 TZS:7,2 FH:14,3
SZH:75,7 CK:41,9 SÓ:0,82

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Rántott karfiol (1)
Pritaminos rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:728
ZS:31,9 TZS:6,2 FH:15,2
SZH:92,9 CK:11,7 SÓ:2,35

Gyümölcsleves (1,7,12)
Zöldséges rizsfelfújt (3,7)
Sajtmártás (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:428
ZS:9,9 TZS:4,4 FH:14,6
SZH:68,1 CK:29,2 SÓ:0,96

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:** 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.03.23.–2026.03.27.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Tarhonyaleves (1,12)
Sertéspörkölt (1)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:514
ZS:13,3
SZH:66,4

TZS:4,4
CK:14,8
FH:25,5
SÓ:1,09

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:614
ZS:22,1
SZH:79,9

TZS:4,4
CK:10,4
FH:20,8
SÓ:2,38

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajt (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:912
ZS:41,5
SZH:97,6

TZS:12,4
CK:11,5
FH:26,4
SÓ:2,24

Almalé 100%-os
Sertés fasírtgolyó
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,12

EN:682
ZS:11,1
SZH:108,6

TZS:2,9
CK:39,8
FH:23,4
SÓ:2,12

Paradicsomleves (1,3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Pecsényelék (1,12)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9,12

EN:634
ZS:22,2
SZH:86,6

TZS:3,2
CK:17,9
FH:17,9
SÓ:1,4

EBÉD B

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkés paella
Csemegeborka (10,12)

Allergének:
1,10,12

EN:614
ZS:20,9
SZH:72,8

TZS:4,4
CK:8
FH:26,9
SÓ:3,17

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Mákos guba (1,7)
Vaníliás öntet (7)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:802
ZS:27,9
SZH:109

TZS:10,2
CK:53,8
FH:27
SÓ:1,88

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Vegetáriánus bolognai ragu (6,9)
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:749
ZS:22,1
SZH:85,3

TZS:7,8
CK:14,5
FH:38
SÓ:1,14

Almalé 100%-os
Csirkepaprikás (1,7)
Bulgur (1)
Banán

Allergének:
1,7

EN:830
ZS:17,9
SZH:125,4

TZS:4,1
CK:41,6
FH:26,8
SÓ:1,61

Paradicsomleves (1,3,9)
Csirkemell nuggets (1,9)
Petrezselymes burgonya (12)
Coleslaw (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:610
ZS:20,6
SZH:81,4

TZS:2,7
CK:20,8
FH:19,2
SÓ:1,81

EBÉD C

Tarhonyaleves (1,12)
Svájci rakott burgonya (1,3,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:556
ZS:24,4
SZH:58,4

TZS:12,1
CK:4,9
FH:18,1
SÓ:1,32

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Gyümölcsrizs (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:449
ZS:14,3
SZH:63

TZS:6
CK:28,4
FH:16,3
SÓ:0,92

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Sajtkrémös zöldségragu (1,7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:627
ZS:17,5
SZH:81,9

TZS:5,2
CK:7,5
FH:24,4
SÓ:1,11

Almalé 100%-os
Zöldséges rakott palacsinta (1,3,7)
Banán
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:649
ZS:9,9
SZH:109,2

TZS:3,1
CK:44,9
FH:26,2
SÓ:0,97

Paradicsomleves (1,3,9)
Rántott brokkoli (1)
Párolt rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10

EN:884
ZS:35,8
SZH:118,3

TZS:6,7
CK:24,6
FH:17,9
SÓ:1,93

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás ételről érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.03.30.–2026.04.03.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Temesvári sertésragu (1,7)
Bulgur (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:601
ZS:23,8 TZS:7,8 FH:19,9
SZH:66,9 CK:3,6 SÓ:0,85

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:467
ZS:12,8 TZS:2,5 FH:18,2
SZH:65,1 CK:3 SÓ:1,59

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Káposztás tészta (1)
Porcukor szórát
Répatorta (1,3,12)

Allergének:
1,3,9,12

EN:843
ZS:20 TZS:2,2 FH:23,7
SZH:137,6 CK:63,7 SÓ:1,04

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD B

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Tarhonyás hús csirkehússal (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:567
ZS:16,3 TZS:2,2 FH:27,2
SZH:71,4 CK:6,7 SÓ:2,57

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Párolt sertészelet, karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:561
ZS:12,3 TZS:1,6 FH:17,8
SZH:90,6 CK:34,4 SÓ:1,3

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Baconös csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Káposztasaláta
Répatorta (1,3,12)

Allergének:
1,3,9,12

EN:745
ZS:20,1 TZS:4,3 FH:39,1
SZH:94,1 CK:29,2 SÓ:2,09

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD C

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:819
ZS:33,7 TZS:7 FH:18,4
SZH:107,9 CK:9,3 SÓ:2,04

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Édes málé (1,3,7)
Szilva extra dzsem
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:776
ZS:37,3 TZS:4,6 FH:10,9
SZH:100,4 CK:49,7 SÓ:0,8

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Dejő szórát (1)
Morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Répatorta (1,3,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1241
ZS:27 TZS:4,2 FH:32,2
SZH:188,1 CK:66,2 SÓ:3,06

TAVASZI SZÜNET

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:0
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HŰS-
MENTES EBÉDRŐL!**

